

うつ病の家族教室事業実施要領

1 目 的

うつ病は自殺の大きな要因とされており、うつ病者は自殺のハイリスク者である。このため、ハイリスク者であるうつ病者の身近な存在である家族を自殺対策における地域の中心的な役割を果たす人材（ゲートキーパー）として育成することは自殺防止に資すると考えられるため、ゲートキーパー養成を目的としたうつ病の家族教室を開催する。家族教室では、うつ病者を支える家族が疾患についての正しい知識を学び、うつ病者への適切な接し方を身につけることでゲートキーパーの役割を果たすことができるようにするとともに、家族自らのセルフケア技術の向上及び自助グループの育成を目指す。

2 事業内容

(1) うつ病の家族教室

ア 目 的

うつ病者を支える家族が疾患についての正しい知識を学び、うつ病者への適切な接し方を身につけることでゲートキーパーの役割を果たすことができるようにするとともに、家族自らのセルフケア技術の向上を目指す。

イ 対 象

市内在住（本人・家族いずれかで可）で、うつ病と診断されている方の家族

ウ 開催形式

1クール2回の家族教室を2クール開催する。

エ 内 容

心理教育（疾患及び家族の対応についての講義）と認知行動療法の技法の一種である問題解決技法を用いたグループセッション等で構成される2時間の家族心理教育を2回開催する。

オ 従事者

精神科医師・精神保健福祉相談員・臨床心理職員

カ 開催場所

市内2カ所で開催する。

(2) うつ病の家族教室修了者交流会

ア 目 的

うつ病の家族教室の修了者たちの相互支援を目的とした自助グループを育成するため、うつ病の家族教室に引き続き、うつ病の家族教室修了者交流会を開催する。このうつ病の家族教室修了者交流会では、修了者たちに相互の支えあいの場を提供するとともに、修了者たち自身のセルフケア技術の向上を目指す。

イ 対 象

うつ病の家族教室に参加した者のうち希望するもの

ウ 内 容

月1回程度の開催とし、グループセッションや自由な交流などを行う。運営は修了者交流会メンバーとこころの健康センター職員が共同で行う。

エ 場 所

こころの健康センター

(3) その他

ア こころの健康センターが、周知用チラシ及びポスターの作成配布を行い、区保健福祉センターは周知について協力する。

イ こころの健康センターは、家族教室の運営に必要なテキストや資料などの作成を行う。

ウ 個別支援が必要な参加者については、当該参加者の同意を得たうえで、こころの健康センターと区保健福祉センターで当該参加者について必要な情報のやり取りを行う。個別支援が必要な参加者に対する個別の相談対応は、基本的には区保健福祉センターが行う。

3 実施主体

こころの健康センター

4 人権等に対する配慮

本事業の実施にあたっては、人権及びプライバシーの保護に留意し、合理的配慮を行う。

5 評価

アンケートや心理社会的負担感を測定する質問紙検査等を実施し、事業の評価を行う。

6 参加費用

無料

附 則

この実施要領は、平成26年4月1日から施行する。

この実施要領は、平成27年4月1日から一部改正する。

この実施要領は、平成２８年４月１日から一部改正する。

この実施要領は、令和６年４月１日から一部改正する。